



Associated to/medlem av:
The Norwegian confederation of Sports/
Norges Idrettsforbund og olympiske og
paralympiske komite (NIF)
SOGNSVEIEN 73, N-0855 OSLO
POST ADDRESS: N-0840 OSLO
PHONE 1: (+47) 21 02 98 15
PHONE 2: (+47) 21 02 98 16
E-MAIL: sled-dog@nif.idrett.no
BANK: 5134.06.06306
IBAN: NO61 5134 0606 306
BIC: DNBANOKK

NORGES HUNDEKJØRERFORBUND INVITERER TIL TRENERKURS T1 30.10 – 01.11 2015 på Budor gjestestue

Trener 1 i hundekjøring skal gi en innføring i grunnleggende ferdigheter i hundekjøring, og hvordan man som trener kan skape gode rammer og et godt miljø i egen klubb. Kurset gir også grunnlag for høyere kurs og videreutdanning i trenerløypa til Norges Hundekjørerforbund.

Etter endt kurs vil kursdeltakere delta som miljøskapere og tilretteleggere for barn og unge, samt ferske utøvere. Hundekjøring er en erfaringsidrett, og en aktivitetsleder eller trener får derfor en viktig rolle med å bevisstgjøre sine utøvere, samt hjelpe de med informasjon og tips og motivere de videre i sporten.

Fordi vi holder på med hunder må vi forholde oss til mange aktører utenfor «idrettsfamilien». Aktivitetslederen eller trener må derfor holde seg oppdatert på gjeldene regelverk og utleve gode holdninger.

Målet med denne utdanningen er at trenere som har gjennomført og fått godkjent sin trener 1 utdanning skal:

- Kunne lære bort grunnleggende hundetrening, hundehold og egentrening til alle interesserte utøvere
- Kunne utvikle de fysiske, psykiske og sosiale egenskapene på et grunnleggende nivå til samtlige utøvere
- Kunne ivareta utøvernes behov i et sosialt, spennende og trygt miljø
-

Treneren skal ved fullført kurs ha tilegnet seg:

- Inngående praktisk og teoretisk kunnskap om hundetrening og treningsmetodikk for barn og unge
- Kunnskap om sentrale prinsipper for trening og utøvelse av hundekjørersporten for barn og unge
- Ferdigheter i å planlegge, tilrettelegge, veilede og lede treningsarbeid på en konstruktiv og variert måte i tråd med idrettens verdigrunnlag

Målgruppe:

Aktivitetsledere, nåværende og tidligere aktive utøvere, ungdommer, voksne og foreldre som ønsker å bli trenere. Nedre aldersgrense for kurset er 16 år





Forkunnskaper:

Kjennskap til sporten

Kursarrangør:

Norges Hundekjørerforbund. Kursbevis blir sent ut av administrasjonen i etterkant, samt registrert i hver enkeltes «Idretts CV» på www.minidrett.no

Kurslærere:

Robert Corell, Jan Reinertsen, Cathrine Spigseth og Lotte Friid Fladeby

Kursmateriell:

E-læringsmoduler på <http://kurs.idrett.no>

Pris:

1500,- pr. deltaker *. Inkluderer kost og losji fredag – søndag på Budor gjestestue, kursmateriell og kurslærere. Vi oppfordrer klubbene til å betale denne avgiften for deltakerne.

**NY pris pr. 19.10.2015*

Påmelding:

Påmelding skjer på <https://minidrett.nif.no/Event#64338241-010>.

Påmeldingsfrist er 23.10.2015

Innhold:

Kurset er på 45timer fordelt på teoretisk og praktisk undervisning, samt e-lærings-moduler. Kurset avsluttes med en hjemmeoppgave. Kurset inneholder både generelle idrettslige emner og spesifikke hundekjøringsemner. En kurstime varer i 45 minutter. Etter gjennomført kurs skal det gjennomføres 45 obligatoriske undervisningstimer i egen klubb eller tilsvarende. Egentrening regnes ikke som godkjent praksis.

Kursplan:

Del 1: E-læring 12 timer

Del 2: Kurshelg 22 timer

Del 3: Praksis 45 timer

Del 1 gjennomføres av kursdeltaker FØR kurshelgen.

Moduler som skal gjennomføres:

Modul 1	Trenerrollen	4t
Modul 2	Barneidrettens verdigrunnlag	2t
Modul 3	Idrett uten skader	2t
Modul 4	Idrett for funksjonshemmede	2t
Modul 5	Aldersrelatert trening	2t





Alle e-læringsmoduler finnes på <http://kurs.idrett.no>

Program for kurshelg 30. oktober – 01. november 2015

Fredag 30.10			
17.00	Middag		
18.00 – 18.30	Presentasjon av kurset, kursholdere og kursdeltakere	Teori	
18.30 – 19.30	Etikk og moral	Teori	Lotte og Robert
19.30 – 19.45	Pause		
19.45 – 20.30	Trenerrollen	Teori	Robert
20.30 – 21.30	«Gøy med hund» (kommunikasjon, kontakt)	Teori	Robert og Jan
Lørdag 31.11			
08.00	Frokost		
09.00 – 10.30	Treningslære hund	Teori	Jan og Robert
10.30 – 10.45	Pause		
10.45 – 12.00	Treningsplanlegging/tilrettelegging	Teori/praksis	Robert, Lotte, Cathrine
12.00 – 12.45	Lunsj		
13.00 – 15.30	Praksis UTE. Med og uten hund	Praksis	Robert, Lotte, Cathrine
15.45– 16.45	Anatomi hund	Teori	Jan
16.45 - 17.00	Pause		
17.00 - 19.30	Skadeforebygging/treningslære	Teori/praksis	Jan
19.45	Middag		
Søndag 01.11			
08.00	Frokost		
09.00 - 10.30	Førstehjelp	Teori/praksis	Robert
10.30 - 10.45	Pause		
10.45 - 12.00	Trenerrollen/tilrettelegging	Teori/praksis	Cathrine og Lotte
12.00 - 12.30	Lunsj		
12.30 - 13.30	Treningslære hund	Teori	Jan
13.30-13.45	Pause		
13.45 - 14.30	Coaching	Teori	Lotte
14.30 - 15.00	Avslutning	Teori	

